

# Áreas de Intervenção

## 1. Apoio de Bem-Estar

- Apoio às actividades da vida diária e de lazer
- Estimulação sensorial

## 2. Atividades Ocupacionais

- Reutilização de Papel
- Roda a Rolha ao Teu Ritmo
- Horta Pedagógica
- Artes do Barro
- Artes em Madeira

## 3. Atividades Socialmente Úteis

- Jardinagem
- Limpeza Urbana
- Ajudante de bar e de cozinha
- Limpeza de escritórios
- Artes Decorativas

## 4. Atividades Complementares e de Apoio Técnico

- Atividade Motora Adaptada
- Terapia Ocupacional
- Conhecimentos Gerais/TIC
- Psicologia
- Serviço Social
- Auto-Representação
- Equitação Terapêutica, Hipoterapia e Equitação Adaptada
- Dança e Expressão Dramática
- Taekwondo
- Natação Adaptada e Hidroterapia
- Snoezelen
- Atividade Assistida por Cães

## QUER SER NOSSO

# VOLUNTÁRIO



### Projeto "CAÇA SORRISOS"

Há sempre algo para partilhar: tempo, afeto, conhecimento, disponibilidade....

### Objetivo

- Atividades de vida diária
- Ocupação e terapias alternativas
- Aumentar a participação social

### Tarefas

- Intervir de acordo com os interesses e necessidades dos clientes.
- Atividades sugeridas: passear, conversar, ler, pintar, música, dançar, etc...

**INSCREVA-SE!**

[www.facebook.com/cecdmirasintra](http://www.facebook.com/cecdmirasintra)

[www.cecdmirasintra.org](http://www.cecdmirasintra.org)

E-mail | [cao@cecdmirasintra.org](mailto:cao@cecdmirasintra.org)

Polo Sede  
Avenida 25 de Abril, nº 190  
Mira Sintra, 2735-418 Cacém  
Telf. 21 918 85 60

Polo Pendão  
Rua Fernão Mendes Pinto, 64-66,  
Pendão, 2745-108 Queluz  
Telf. 21 434 07 00



C.E.C.D. Mira Sintra  
Centro de Educação para o Cidadão com Deficiência, C.R.L.

[www.cecdmirasintra.org](http://www.cecdmirasintra.org)

Centro de Atividades  
Ocupacionais



Promovemos capacidades, autonomia pessoal e melhoria da qualidade de vida.



**impulsionamos**  
a inclusão através de atividades ocupacionais e socialmente úteis



# CAO

Centro de Atividades Ocupacionais  
C.E.C.D. Mira Sintra



## Somos

o Centro de Atividades Ocupacionais do C.E.C.D Mira Sintra  
(Centro de Educação para o Cidadão com Deficiência, C.R.L.).

## Apoiamos

peçoas com dificuldades intelectuais ou desenvolvimentais e  
reduzidas capacidades de trabalho produtivo.

## Asseguramos

resposta aos desafios que se colocam ao longo do  
ciclo de vida da pessoa apoiada.



## O que nos move

- Promover e maximizar o desenvolvimento da autonomia pessoal e aumentar a sua participação social;
- Evidenciar as competências através do desenvolvimento de actividades ocupacionais e socialmente úteis;
- Promover a qualidade de vida, respeitando as necessidades específicas;
- Promover vivências afectivas construtivas e a integração sociofamiliar e comunitária.

## Serviços disponíveis

Planos de bem-estar ocupacionais ou socialmente úteis  
centrados na pessoa apoiada.



## Precisa de

Catering, bolos de aniversário ou jardinagem  
ao domicílio? NÓS damos resposta!

## A proximidade, o afeto...

Cultivamos um clima de segurança afetiva, física e emocional,  
através do pensamento e intervenção centrada na pessoa, de  
acordo com as necessidades do cliente.

## Os nossos parceiros

Juntas de Freguesia; Instituições Locais; Empresas;  
Comércio Local; Coletividades; Centros Lúdicos entre outros.

## Condições de acesso

- Ter mais de 16 anos
- Apresentar dificuldades intelectuais e desenvolvimentais acentuadas e/ou  
multideficiência
- Residir no Concelho de Sintra



## A nossa equipa

Diretor Executivo; Psicólogo; Técnico de Serviço Social;  
Psicopedagogo; Terapeutas Ocupacionais; Técnicos  
Superiores de Educação Especial e Reabilitação; - Técnico  
Superior de Educação Social; Monitores e Auxiliares de  
Actividades Ocupacionais.

## Onde estamos

O CAO dispõe de dois pólos:  
- Mira Sintra  
- Pendão, Queluz

## Horário de Funcionamento:

De 2ª a 5ª feira das 9h00 às 17h00  
e 6ª feira das 9h00 às 15h00